

- 1.消化性潰瘍是指，因胃液侵蝕導致黏膜損傷，常發生於胃部及十二指腸。
- 2.症狀包括：腹痛、腹脹、解黑便、吐血、嘔吐等，應儘快就醫。
- 3.急性期應先禁食 1~3 天，減少刺激胃酸分泌，使腸胃黏膜得以休息修復。
- 4.住院期間，經治療可以開始進食時，應採流質清淡飲食，無不適後再恢復正常飲食。
- 5.消化性潰瘍復發率高，不可以因症狀消失就停藥，依醫囑按時服藥（6-8 星期）。
- 6.切勿亂服成藥與成分不明的藥物（尤其是止痛劑），以免造成腸胃傷害。一般感冒藥、鎮定劑等都會傷胃，最好於飯後或和胃藥一起服用。
- 7.應戒煙、酒，並避免刺激性食物，如辛辣、酸、胡椒、芥末等食物，咖啡、可樂等飲料。
- 8.平時避免暴飲暴食，養成三餐定時定量，細嚼慢嚥的好習慣。
- 9.生活規律常保持愉快的心情，及充足的睡眠可促進潰瘍癒合，且避免再發。
- 10.依醫囑服用藥物，並定期返回門診追蹤及治療。